

Особливості соціально-психологічної реабілітації спортсменів-паралімпійців, які спеціалізуються в пауерліфтингу

О. В. Шевяков^{*1,A,C}, Е. Ю. Дорошенко^{2,E,F}, Є. Л. Михалюк^{2,B}, В. В. Приходько^{3,D},
І. М. Ляхова^{2,B}, О. К. Ніканоров^{4,B}, С. М. Малахова^{2,B}, А. М. Гурєєва^{2,B}

¹Вищий навчальний приватний заклад «Дніпровський гуманітарний університет», Україна, ²Запорізький державний медичний університет, Україна, ³Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, м. Дніпро, Україна, ⁴Національний університет фізичного виховання та спорту, м. Київ, Україна

A – концепція та дизайн дослідження; B – збір даних; C – аналіз та інтерпретація даних; D – написання статті; E – редагування статті; F – остаточне затвердження статті

Ключові слова:

соціально-психологічна реабілітація, самотність, перший зрілий вік, негативні переживання суб'єктивної самотності, спортсмени-паралімпійці, пауерліфтинг.

Запорізький медичний журнал. 2020. Т. 22, № 1(118). С. 96–102

DOI: 10.14739/2310-1210.2020.1.194632

*E-mail: shevyakov0@gmail.com

Мета роботи – оцінити психологічний підхід до соціально-психологічної реабілітації негативних переживань суб'єктивної самотності спортсменами-паралімпійцями (на матеріалі пауерліфтингу).

Матеріали та методи. Дослідження ґрунтується на теоретичних та емпіричних даних, що включають вивчення феномена самотності та його сучасне розуміння. Негативність переживань, що потребують реабілітації, визначали за допомогою психологічних методик: «Опитувальник для визначення виду самотності» (С. Корчагіна), «Методика суб'єктивного відчуття самотності» (Д. Рассел, М. Фергюсон), «Методика діагностики акцентуацій характеру» (Леонгард–Шмішек у модифікації А. Личко), тест «Нервово-психічна адаптація» (С. Корчагіна, НДІ імені В. М. Бехтерева) з наступним комп'ютерним опрацюванням результатів за допомогою програмного пакета Statistica 6.0 (StatSoft Inc., США). У дослідження залучили 50 спортсменів-паралімпійців віком від 18 до 24 років, які займаються пауерліфтингом.

Результати. Виявили інтеркореляційні зв'язки між суб'єктивним відчуттям самотності та її різновидами на рівні значущості ($r = 0,3-0,5$) за коефіцієнтом парної кореляції Пірсона, що дає змогу розглядати суб'єктивну самотність як самостійний внутрішній феномен. Переживання дифузної самотності не показало значущого зв'язку ($r = -0,153$) із суб'єктивним станом спортсменів-паралімпійців. Визначили дві спрямованості, що забезпечують механізм виникнення та реабілітацію, враховуючи тип самотності: перша – бажання бути з іншими, ідентифікація з ними через корекцію власної індивідуальності; друга, що виникає внаслідок першої, – подолання відчуття самотності та відсутності сенсу життя.

Висновки. Відчуття негативних переживань суб'єктивної самотності пов'язане з погіршенням нервово-психічної адаптації та потребує соціально-психологічної реабілітації спортсменів-паралімпійців, які спеціалізуються в пауерліфтингу. Доведено наявність значущого позитивного зв'язку між дифузною самотністю та емотивною акцентуацією характеру спортсмена. Визначили, що у процесі реабілітації негативних переживань суб'єктивної самотності спортсменами-паралімпійцями, які спеціалізуються в пауерліфтингу, важливо враховувати, які саме типи самотності пов'язані з погіршенням психологічного стану, що дає можливість розширити розуміння цього феномена та збільшити ефективність реабілітаційної роботи.

Key words:

socio-psychological rehabilitation, loneliness, young adulthood, negative experiences of subjective loneliness, paralympic athletes, powerlifting.

Zaporozhye medical journal 2020; 22 (1), 96–102

Features of social-psychological rehabilitation of sportsmen-paralympians specialized in powerlifting

O. V. Sheviakov, E. Yu. Doroshenko, Ye. L. Mykhaliuk, V. V. Prykhodko, I. M. Liakhova, O. K. Nikanorov, S. M. Malakhova, A. M. Hurieieva

The aim of the study – to evaluate the psychological approach to the social and psychological rehabilitation of paralympic athletes negatively experienced subjective loneliness.

Materials and methods are based on theoretical and empirical data, which include the history of the loneliness phenomenon and its modern understanding study. Negative experiences requiring rehabilitation were determined using psychological methods: "Questionnaire for determining the type of loneliness" (S. Korchagina), "Methods for the subjective feeling of loneliness" (D. Russell, M. Ferguson), "Methods for diagnosing character accentuations" (Leonhard-Shmishyok in the modification A. Lychko), test "Neuropsychic Adaptation" (S. Korchagina at V. Bekhterev Research Institute) with subsequent computer processing of the results using the software package Statistica 6.0 (StatSoft Inc., USA). The study enrolled 50 paralympic athletes aged 18 to 24, who were engaged in powerlifting.

Results. Significant intercorrelations between subjective feelings of loneliness and its varieties were found ($r = 0.3-0.5$) based on the Pearson correlation coefficient, which allowed to consider subjective loneliness as an independent internal phenomenon. The experience of diffuse loneliness did not reveal a significant correlation ($r = -0.153$) with the subjective state of paralympic athletes. Two directions, which provide a mechanism of development and rehabilitation taking into account the type of loneliness, were identified. The first was the desire to be with others, identification with them through the correction of their own personality. The second one, as a result of the first, was the coping with feeling of loneliness and lack of meaning in life.

Conclusions. It was established that the feeling of subjective loneliness negative experiences was associated with the deterioration of neuropsychiatric adaptation and required the socio-psychological rehabilitation of paralympic athletes who specialized in powerlifting. The significant positive relationship between diffuse loneliness and the emotional type of character

accentuation in an athlete was proved. It was determined that in the process of the negative experiences of subjective loneliness rehabilitation for paralympic athletes specializing in powerlifting, it is important to consider the types of loneliness which are associated with the psychological state deterioration, which will allow to broaden the understanding of this phenomenon and increase in efficiency of rehabilitation measures.

Особенности социально-психологической реабилитации спортсменов-параолимпийцев, которые специализируются в пауэрлифтинге

А. В. Шевяков, Э. Ю. Дорошенко, Е. Л. Михалюк, В. В. Приходько, И. Н. Ляхова, А. К. Никаноров, С. Н. Малахова, А. М. Гуреева

Цель работы – оценить психологический подход к социально-психологической реабилитации негативных переживаний субъективного одиночества спортсменами-параолимпийцами (на материале пауэрлифтинга).

Материалы и методы. Исследование основано на теоретических и эмпирических данных, включающих изучение феномена одиночества и его современное понимание. Негативность переживаний, требующих реабилитации, определяли с помощью психологических методик: «Опросник для определения вида одиночества» (С. Корчагина), «Методика субъективного ощущения одиночества» (Д. Рассел, М. Фергюсон), «Методика диагностики акцентуаций характера» (Леонгард-Шмишек в модификации А. Личко), тест «Нервно-психическая адаптация» (С. Корчагина, НИИ имени В. М. Бехтерева) с последующей компьютерной обработкой результатов с помощью программного пакета Statistica 6.0 (StatSoft Inc., США). В исследовании приняли участие 50 спортсменов-параолимпийцев в возрасте от 18 до 24 лет, которые занимаются пауэрлифтингом.

Результаты. Установлены интеркорреляционные связи между субъективным ощущением одиночества и ее разновидностями на значимом уровне ($r = 0,3-0,5$) по коэффициенту парной корреляции Пирсона, что позволяет рассматривать субъективное одиночество как самостоятельный внутренний феномен. Переживание диффузного одиночества не показало значимую связь ($r = -0,153$) с субъективным состоянием спортсменов-параолимпийцев. Выделены две направленности, которые обеспечивают механизм возникновения и реабилитации с учетом типа одиночества: первая – желание быть с другими, идентификация с ними через коррекцию собственной индивидуальности; вторая, возникающая в результате первой, – преодоление ощущения одиночества и отсутствия смысла жизни.

Выводы. Ощущение негативных переживаний субъективного одиночества связано с ухудшением нервно-психической адаптации и требует социально-психологической реабилитации спортсменов-параолимпийцев, которые специализируются в пауэрлифтинге. Доказано наличие значимой положительной связи между диффузным одиночеством и эмотивной акцентуацией характера спортсмена. Установлено, что в процессе реабилитации негативных переживаний субъективного одиночества спортсменами-параолимпийцами, специализирующихся в пауэрлифтинге, важно учитывать, какие именно типы одиночества связаны с ухудшением психологического состояния, что позволяет расширить понимание этого феномена и увеличить эффективность реабилитационной работы.

Ключевые слова: социально-психологическая реабилитация, одиночество, первый зрелый возраст, негативные переживания субъективного одиночества, спортсмены-параолимпийцы, пауэрлифтинг.

Запорожский медицинский журнал. 2020. Т. 22, № 1(118). С. 96–102

Сьогодні висуває вимоги до виховання здорової та адаптованої особистості, особливо в умовах різкого підвищення рівня інформатизації суспільства, що не може не впливати на процеси розвитку та формування соціально-психологічного організму спортсмена. Враховуючи соціально-психологічні особливості, притаманні пауерліфтингу як виду спорту і спортсменам-параолимпийцям як нозологічній категорії, набуває важливого значення аналіз і дослідження переживань суб'єктивної самотності, адже їхні наслідки можуть мати істотний негативний вплив на розвиток і становлення особистості спортсменів-параолимпийців та їхньої спортивної кар'єри надалі [1].

У наукових дослідженнях і суспільній думці поширеним залишається уявлення, що самотність передусім пов'язана з відсутністю родини або проблемами в ній. Це є формалізованим і побутовим підходом, що не враховує психологічні характеристики почуття самотності як внутрішнього стану, який може бути не пов'язаний із наявністю чи відсутністю родини [2,3]. Це створює необхідні передумови щодо соціально-психологічної реабілітації спортсменів-параолимпийців, які спеціалізуються в пауерліфтингу, для продовження повноцінної спортивної кар'єри.

Мета роботи

Оцінити психологічний підхід до соціально-психологічної реабілітації негативних переживань суб'єктивної самотності спортсменами-параолимпийцями з пауерліфтингу.

Матеріали і методи дослідження

Вибірка дослідження – 50 спортсменів-параолимпийців (31 жінка, 19 чоловіків) віком від 18 до 24 років, які займаються професійним паралимпійським пауерліфтингом на базі ДЗВО «Дніпровська академія музики» під керівництвом головного тренера паралимпійської збірної України О. А. Алфьорова.

Методологічна база дослідження ґрунтується на наукових підходах до визначення та класифікації самотності, теоретичних матеріалах, що включають як історію вивчення феномена самотності, так і його сучасне розуміння, на даних щодо вікових особливостей першого зрілого віку [4,6]. Також дослідження спирається на концепцію психічного та психологічного здоров'я [9,11], дані щодо феномена акцентуацій характеру [5].

Методи та методики дослідження: «Опитувальник для визначення виду самотності» (С. Г. Корчагіна [7]), методика суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассел, М. Фергюсон [12]), методика діагностики акцентуацій характеру (Леонгард-Шмишек [10]), тест «Нервово-психічна адаптація» (С. Г. Корчагіна, НДІ імені В. М. Бехтерева [8]).

Результати статистично опрацювали, використовуючи програмний пакет Statistica 6.0 (StatSoft Inc., США). Дані, що одержали, наведені як коефіцієнти парної інтеркореляції за критерієм Пірсона. Розбіжності при розподілі, які є близькими до нормального, оцінили за

допомогою критерію Стьюдента. Статистично значущими вважали відмінності при $p < 0,05$.

Результати

Гіпотеза полягає у припущенні існування певних вікових та особистісних чинників, що пов'язані з виникненням та особливостями переживання суб'єктивної самотності спортсменами-паралімпійцями першого зрілого віку (18–24 років), які спеціалізуються в пауерліфтингу.

Аналіз наукових робіт дає змогу констатувати, що, незважаючи на наявність різних напрямів і рівнів дослідження цієї проблеми у клінічній психології та психіатрії, недостатньо вивченими залишаються питання щодо суб'єктивної самотності як соціально-психологічного феномена осіб першого зрілого віку. Саме у цьому віці розвиваються механізми соціальної та міжособистісної взаємодії, що надалі визначають рівень адаптованості спортсмена-паралімпійця в суспільстві, який є важливим чинником регуляції його психічного стану зокрема та фізичного стану загалом. У контексті вивчення почуття самотності особливого значення набувають типові проблеми дорослих спортсменів: емансипація, рефлексія, самоідентифікація. Загострюються риси характеру та проявляються акцентуації, що істотно впливають на стиль міжособистісних відносин, рівень психічного та фізичного здоров'я, що є передумовою досягнення максимально високих спортивних результатів.

Значущим є дослідження саме суб'єктивної самотності спортсменів-паралімпійців як такої, що має особистісну детермінованість і пов'язана з негативними переживаннями, порушеннями міжособистісних відносин, зниженням рівня соціального функціонування особистості спортсмена.

Важливою умовою дослідження стану самотності спортсменів-паралімпійців є виявлення особистісних рис самотньої людини. Певні кроки в цьому напрямі зробила С. Г. Корчагіна [7], яка досліджувала можливості психодіагностичних методик у виявленні особистісних особливостей стану самотності [10]. Значення віку у змагальній діяльності висококваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються в пауерліфтингу, досліджували А. І. Стеценко та Ю. В. Гордієнко [13], в результаті чого з'явилася ідея програмування спортивно-орієнтованих занять засобами пауерліфтингу.

В. М. Деркач [4] досліджував ефективність програм психологічної підготовки легкоатлетів-паралімпійців із порушенням функцій опорно-рухового апарату в період формування готовності до основних змагань, але автори цих наукових праць не порушували проблеми переживань суб'єктивної самотності спортсменів.

Аналіз взаємозв'язків соціально-психологічних особливостей осіб першого зрілого віку з відчуттям самотності, його виникненням і динамікою потребує звернення до теоретичного підходу, який об'єднував би в собі внутрішні та зовнішні детермінанти самотності та дав би можливість пояснити особливості відчуття саме суб'єктивної самотності спортсменів. Таким критерієм відповідає інтеракціоністський підхід, що як внутрішню детермінанту самотності розглядає суб'єктивно-особистісну схильність до самотності, а як зовнішню – відповідні соціальні ситуації.

Як суб'єктивно-особистісну схильність розуміють вікові та індивідуальні характерологічні особливості спортсменів. Найважливішим для розгляду самотності вважають механізм, який умовно можна назвати «до людей – до себе». Він розкривається у суперечливих тенденціях особистостей спортсменів-паралімпійців до спілкування, з одного боку, і водночас, до ізоляції та рефлексії, з іншого. Оптимальним психологічним станом спортсменів-паралімпійців є чергування цих екстремумів, але зменшення чи відсутність одного з них може стати підставою для виникнення надалі проблем адаптації особистості.

Підставою для вивчення саме суб'єктивної самотності спортсменів-паралімпійців є дві обставини. По-перше, це відсутність відповідних ґрунтовних досліджень у сучасній вітчизняній загальній і прикладній психології (спорту) та клінічній психіатрії. По-друге, це той факт, що суб'єктивна самотність не має суттєвого зв'язку з реальною відсутністю близької людини. Детальніше це пояснюється за допомогою розрізнення понять і застосування типологічних характеристик самотності.

Для перевірки емпіричної гіпотези про переважно суб'єктивну природу відчуття самотності визначили кореляційний зв'язок між типами самотності, що виділені С. Г. Корчагіною [8], та оцінкою суб'єктивного відчуття самотності – тобто того, наскільки спортсмен відчуває себе самотньо, незважаючи на зовнішні обставини. За даними, що наведені в *таблиці 1*, відчуття самотності є здебільшого внутрішнім, суб'єктивним станом спортсменів-паралімпійців, і це частково підтверджує емпіричну гіпотезу.

Аналіз даних *таблиці 1* допомагає з'ясувати, чи розглядали дослідники та автори обраних методик один феномен чи розробляли окремі підходи до вивчення переживання самотності? Винятком є переживання дифузної самотності, що не виявляє зв'язку із суб'єктивним станом людини. Звернемося до пояснення механізму дії цього виду самотності. Як відомо, в його основі лежить бажання бути прийнятним оточенням, ідентифікація себе з зовнішніми об'єктами (іншими особами) і відокремлення від власних ресурсів і переживань. Для спортсменів-паралімпійців, які переживають такий вид самотності, властивий конформний тип поведінки та повне засвоєння поглядів, думок та інтересів партнерів за комунікацією. Умовно можна розрізнити дві спрямованості, що забезпечують механізм виникнення дифузної самотності: перша – бажання бути з іншими, ідентифікація з ними через відмову від власної індивідуальності; друга, що виникає внаслідок першої, – власне відчуття самотності та відсутності сенсу життя. Отже, спробуємо пояснити отримані результати, спираючись на детальний аналіз цього типу самотності.

Відсутність зв'язку між дифузним типом самотності та її суб'єктивним переживанням дорослими спортсменами можна пояснити, враховуючи вікові особливості. У першому зрілому віці завершується процес соціалізації особистості, який передбачає засвоєння суспільних норм поведінки та життєдіяльності [13]. Важливим механізмом є ідентифікація себе з іншими та часткова відмова від власних переконань і бажань. Отже, перша спрямованість механізму дифузної самотності наявна, але це норма для досліджуваної вікової групи – 18–24

Таблиця 1. Порівняння результатів методик визначення виду самотності та його суб'єктивного відчуття спортсменами-паралімпійцями першого зрілого віку (18–24 роки) за парним критерієм Пірсона, $n = 50$

Методика суб'єктивного відчуття самотності	Визначення виду самотності			
	стан самотності	дифузна самотність	самотність відчуження	дисоційована самотність
характеристика взаємозв'язків суб'єктивної самотності та її проявів	0,510**	-0,153*	0,427**	0,303**

*: кореляція значуща при $p < 0,01$; **: кореляція значуща при $p < 0,05$.

Таблиця 2. Матриця парних інтеркореляцій результатів методик «Опитувальник для визначення виду самотності», «Методика суб'єктивного відчуття самотності», «Методика діагностики акцентуацій характеру» та «Нервово-психічна адаптація» за критерієм Пірсона

Типи акцентуацій, методики діагностики	«Опитувальник для визначення виду самотності»				Методика суб'єктивного відчуття самотності
	стан самотності	дифузна самотність	самотність відчуження	дисоційована самотність	
Методика діагностики акцентуацій характеру					
Гіпертимний	-0,365**	0,19	-0,443**	-0,174	-0,188
Застрагаючий	-0,04	-0,079	-0,108	-0,147	-0,188
Емотивний	-0,187	0,304*	-0,305*	0,034	-0,003
Педантичний	0,066	0,013	0,109	-0,088	0,032
Тривожний	0,233	-0,059	0,24	0,105	-0,053
Циклотимічний	-0,214	0,094	-0,221	-0,085	0,271
Демонстративний	-0,297*	0,104	-0,3*	0,105	0
Збудливий	-0,066	0,072	-0,156	0,108	-0,101
Дистимічний	0,267	-0,114	0,408**	0,194	-0,058
Екзальтований	-0,201	0,056	-0,155	-0,088	0,274
Нервово-психічна адаптація					
Змішаний	0,477**	0,018	0,366**	0,338*	0,6**

*: кореляція значуща при $p < 0,01$; **: кореляція значуща при $p < 0,05$.

роки. Враховуючи також, що особистість спортсмена набуває індивідуальності, слід виключити виникнення другої спрямованості та разом дифузного типу самотності.

Аби відповісти на закономірне питання, наскільки поширеними є певні види самотності у спортсменів-паралімпійців, необхідно виконати кількісний аналіз даних. За нашими результатами, 32 % спортсменів переживають дифузний тип самотності, 36 % – дисоційований тип, 12 % – самотність відчуження, 20 % – змішаний, тобто мають однакові показники за двома чи більше видами самотності (табл. 2).

Обговорення

Результати дають підстави сформулювати низку узагальнень і визначити тенденції. По-перше, є негативний значущий зв'язок між глибиною відчуття самотності та такими видами акцентуацій особистості, як гіпертимний і демонстративний. Отже, ці акцентуації не тільки не підвищують ризик виникнення стану самотності у спортсменів-паралімпійців, але й запобігають йому.

Для вирішення завдань дослідження важливо розглянути, що саме властиве спортсменам-паралімпійцям із такими акцентуаціями, що рятує їх від негативних переживань самотності. Згідно з класифікаціями, спортсменам із гіпертимною акцентуацією властиві гарний настрій, психологічний і м'язовий гіпертонус, рухливість і прагнення до самостійності, що межує з недисциплінованістю. У групах (командах) такі спортсмени бажають не тільки самоствердитися, але й отримати позицію лідера [14]. Можливо, що саме ця тенденція – прагнення до значущості їхньої соціальної ролі – є вирішальною у

запобіганні виникнення відчуття самотності. Наступний тип, демонстративний, постійно відчуває необхідність в увазі та задовольняє її через реалізацію прагнення до лідерської позиції [15].

По-друге, відчуття самотності пов'язане з погіршенням нервово-психічної адаптації спортсмена. Але важливіше розглянути, які саме типи самотності пов'язані з погіршенням психологічного стану у спортсменів-паралімпійців, що дасть змогу розширити розуміння цього феномена.

По-третє, встановленим фактом є наявність значущого позитивного зв'язку між дифузною самотністю та емотивною акцентуацією особистості спортсмена-паралімпійця.

Детальний розгляд показує, що для дифузної самотності властива дія механізму ідентифікації з іншими та відокремлення від власних переживань. З іншого боку, риси емотивної акцентуації – це чутливість, доброта й високий рівень емпатії. Враховуючи ці дані, можна визначити низку чинників, що впливають на виникнення дифузного типу самотності в дорослих спортсменів з емотивною акцентуацією характеру. Передусім, це дія механізму співчуття – відокремлюючись від власних переживань, спортсмен-паралімпієць опиняється в емоційній ізоляції. Наступний чинник – складність емоційного світу такого спортсмена, сила переживання тонких емоцій, що ускладнює процес розуміння його суспільством та унеможливорює виникнення відчуття спільності з іншими. Також зазначимо, що деякі риси такої акцентуації – пошук підтримки та співчуття – є підґрунтям для початку реалізації механізму ідентифікації, що лежить в основі дифузної самотності.

Самотність відчуження найбільш властива дистимічній акцентуації особистості та, як можна побачити, також негативно впливає на психічний стан спортсменів-паралімпійців, які спеціалізуються в пауерліфтингу. Розгляд механізмів, що лежать в основі виникнення та переживання самотності відчуження, дає змогу пояснити такі результати. Як відомо, самотність відчуження пов'язана з відокремленням від суспільства та його соціальних норм і, через це, з відчуттями загубленості, самотності. Внаслідок дії цього стану унеможливується налаштування емоційних і комунікативних зв'язків з іншими особами. Це призводить до того, що спортсмен-паралімпієць починає відчувати недовіру до оточення, оцінює його як ненадійне і таке, що не здатне вислухати та зрозуміти його. Отже, об'єкти відчуження стають суб'єктами, що виявляють відчуження до самої особистості спортсмена-паралімпійця.

Проявам дистимічної акцентуації у спортсменів-паралімпійців властиві такі риси, як концентрація на негативних переживаннях, соціальна пасивність, невпевненість, самозвинувачення та низька контактність. Отже, вразливість таких спортсменів до відчуження можна пояснити тим, що вони схильні до песимістичного погляду на перспективи спілкування та саморозкриття, а пасивність у спілкуванні не дає змоги налаштувати тісні зв'язки з іншими, що може негативно позначитися як на стані їхнього здоров'я, так і на перспективах реалізації потенціалу в офіційних змаганнях.

Висновки

1. Єдналим для різних акцентуацій характеру спортсменів-паралімпійців є позитивний та оптимістичний погляд на спілкування, наявність довіри й готовність до формування зв'язків. Такі психологічні прояви спортсменів-паралімпійців спрямовані на використання спілкування для задоволення власних потреб у самоствердженні, увазі або співчутті. Натомість спортсмени-паралімпієць з дистимічними проявами залишаються на самоті з уявною небезпекою, що очікує в ситуації спілкування.

2. Очікувалося, що дисоційована самотність буде пов'язана з тривожністю, збудливістю та демонстративністю спортсменів-паралімпійців, але це припущення не підтвердилося. Для пояснення цього звернемось до розгляду стану дисоційованої самотності. За походженням і проявом цей вид самотності є найскладнішим. Його перебіг характеризується зміною процесів ідентифікації та відчуження. Спочатку відбувається ідентифікація, яка набуває генералізованого характеру. Згодом суб'єкт ідентифікації вбачає в іншій людині притаманні, але відкинуті власні риси, що призводить до не менш тотального відчуження. Цей механізм є ілюстрацією суб'єктивності стану самотності як такого, що показує внутрішні психологічні процеси та її ставлення до себе. Переживання самотності в цьому випадку можуть мати критично гострі, болючі прояви й ускладнювати перебіг соціально-психологічної реабілітації.

Те, що спортсменам-паралімпійцям не властивий цей тип самотності, можна пояснити за допомогою даних щодо психологічних особливостей осіб дорослого віку. Логічним є пояснення, що особистісні риси спортсме-

на-паралімпійця ще не досить сформовані для забезпечення такого впливового механізму ідентифікації. Так, коли деякі риси особистості тільки виникають, інші вже втрачають актуальність, засвоюється новий досвід, що впливає на самооцінку спортсмена та його ставлення до себе. Отже, виникає парадокс: найбільшій для дорослого віку механізм самотності для спортсмена-паралімпійця визначається переважно зовнішніми обставинами успіху або невдачі. При цьому відкидається найважливіший чинник – перемога над собою, що є найбільш значущим з погляду гуманізації змагального процесу у спортсменів-паралімпійців. Можна припустити наявність зв'язку між самооцінкою особистості спортсмена та його самотністю в дорослому віці.

3. Встановили, що деякі акцентуації не пов'язані з виникненням будь-якого виду самотності спортсменів-паралімпійців. Серед них такі типи, як застрягаючий, педантичний, тривожний, збудливий та екзальтований. На наш погляд, їх об'єднує висока або низька сила та швидкість реакцій, баланс між внутрішнім відчуттям емоцій та їхнім проявом. Можливо, саме ці показники – основа для виникнення надалі здатності до переживання суб'єктивно позитивної самотності, або усамітнення, що переживається особою як творчий і задовільний стан. Але фахівцям із фізичної та медичної реабілітації слід пам'ятати, що, за гуманістичною традицією, цей стан потребує певного рівня розвитку особистості та майже недоступний для першого дорослого віку. Це підтверджується результатами нашого дослідження.

4. Констатуємо, що якою б не була самотність, у спортсменів-паралімпійців вона має здебільшого негативний характер, і пов'язана з погіршенням психічного здоров'я та психічними розладами. Винятком став дифузний тип самотності, його складові є варіантом нормального особистісного розвитку психологічної сфери спортсменів-паралімпійців і не потребують застосування спеціальних реабілітаційних заходів.

5. Необхідне визначення загального стану нерво-психічної адаптації сучасних спортсменів-паралімпійців: майже 40 % обстежених мають несприятливі прогностичні ознаки або ознаки передпатології, 28 % – суттєві ознаки патології, 12 % – ознаки наявності легкої патології. Показники, що відповідають межах психічного здоров'я та сприятливим прогностичними ознакам, мають тільки 20 % обстежених. Встановлено також, що самотність відчуження зовсім невластива таким типам акцентуацій, як гіпертимний, емотивний і демонстративний.

Перспективи подальших досліджень. Результати потребують поглибленого вивчення питань соціально-психологічної реабілітації спортсменів-паралімпійців у контексті оптимізації їхнього нерво-психічного стану та рівня здоров'я.

Конфлікт інтересів: відсутній.

Conflict of interest: authors have no conflict of interest to declare.

Надійшла до редакції / Received: 21.06.2019

Після доопрацювання / Revised: 01.08.2019

Прийнято до друку / Accepted: 29.11.2019

Відомості про авторів:

Шевяков О. В., д-р психол. наук, професор, зав. каф. загальної психології, Вищий навчальний приватний заклад «Дніпровський гуманітарний університет», Україна.

Дорошенко Е. Ю., д-р наук з фізичного виховання та спорту, професор каф. фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та здоров'я, Запорізький державний медичний університет, Україна.

Михалюк Є. Л., д-р мед. наук, професор, зав. каф. фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та здоров'я, Запорізький державний медичний університет, Україна.

Приходько В. В., д-р пед. наук, зав. каф. олімпійського та професійного спорту, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, м. Дніпро, Україна.

Ляхова І. М., д-р пед. наук, професор каф. фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та здоров'я, Запорізький державний медичний університет, Україна.

Ніканоров О. К., д-р наук з фізичного виховання та спорту, доцент, професор каф. фізичної реабілітації, Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ, Україна.

Малахова С. М., канд. мед. наук, доцент каф. фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та здоров'я, Запорізький державний медичний університет, Україна.

Гуреева А. М., канд. наук з фізичного виховання та спорту, доцент каф. фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та здоров'я, Запорізький державний медичний університет, Україна.

Information about authors:

Sheviakov O. V., PhD, DSc, Professor, Head of the Department of General Psychology, Private Institution of Higher Education "Dniprovskii University of the Humanities", Ukraine.

Doroshenko E. Yu., PhD, DSc, Professor of the Department of Physical Rehabilitation, Sports Medicine, Physical Education and Health, Zaporizhzhia State Medical University, Ukraine.

Mykhaliuk Ye. L., MD, PhD, DSc, Head of the Department of Physical Rehabilitation, Sports Medicine, Physical Education and Health, Zaporizhzhia State Medical University, Ukraine.

Prykhodko V. V., PhD, DSc, Professor, Head of the Department of Olympic and Professional Sports, Pridneprovsk State Academy of Physical Culture and Sports, Dnipro, Ukraine.

Liakhova I. M., PhD, DSc, Professor of the Department of Physical Rehabilitation, Sports Medicine, Physical Education and Health, Zaporizhzhia State Medical University, Ukraine.

Nikanorov O. K., PhD, DSc, Associate Professor, Professor of the Department of Physical Rehabilitation, National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv, Ukraine.

Malakhova S. M., MD, PhD, Associate Professor of the Department of Physical Rehabilitation, Sports Medicine, Physical Education and Health, Zaporizhzhia State Medical University, Ukraine.

Hurieieva A. M., PhD, Associate Professor of the Department of Physical Rehabilitation, Sports Medicine, Physical Education and Health, Zaporizhzhia State Medical University, Ukraine.

Сведения об авторах:

Шевяков А. В., д-р психол. наук, профессор, зав. каф. общей психологии, Высшее учебное частное учреждение «Днепропетровский гуманитарный университет», Украина.

Дорошенко Э. Ю., д-р наук по физическому воспитанию и спорту, профессор каф. физической реабилитации, спортивной медицины, физического воспитания и здоровья, Запорожский государственный медицинский университет, Украина.

Михалюк Е. Л., д-р мед. наук, профессор, зав. каф. физической реабилитации, спортивной медицины, физического воспитания и здоровья, Запорожский государственный медицинский университет, Украина.

Приходько В. В., д-р пед. наук, профессор, зав. каф. олимпийского и профессионального спорта, Приднeпровская государственная академия физической культуры и спорта, г. Днeпpо, Украина.

Ляхова И. Н., д-р пед. наук, профессор каф. физической реабилитации, спортивной медицины, физического воспитания и здоровья, Запорожский государственный медицинский университет, Украина.

Никаноров А. К., д-р наук по физическому воспитанию и спорту, доцент, профессор каф. физической реабилитации, Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, г. Киев, Украина.

Малахова С. Н., канд. мед. наук, доцент каф. физической реабилитации, спортивной медицины, физического воспитания и здоровья, Запорожский государственный медицинский университет, Украина.

Гуреева А. М., канд. наук по физическому воспитанию и спорту, доцент каф. физической реабилитации, спортивной медицины, физического воспитания и здоровья, Запорожский государственный медицинский университет, Украина.

Список літератури

- [1] Blynova O. Y., Holovkova L. S., Sheviakov O. V. Philosophical and sociocultural dimensions of personality psychological security. *Anthropological Measurements of Philosophical Research*. 2018. Issue 14. P. 73–83. <https://doi.org/10.15802/ampr.v0i14.150750>
- [2] Psychological provision of processes modernization of metallurgical production management : monograph / O. Sheviakov, O. Blynova. SCIENCE Publishing London, London. 2018. Vol. 3. P. 316-329.
- [3] Вейс Р. С. Вопросы изучения одиночества. *Лабиринты одиночества* / под общ. ред. Н. Е. Покровского. Москва : Прогресс, 1989. С. 114-128.
- [4] Деркач В. М. Ефективність програми психологічної підготовки легкоатлетів-паралімпійців із порушеними функціями опорно-рухового апарату у період формування готовності до основних змагань. *Науковий часопис нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2016. Вип. 5. С. 39-43. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2016_5_13
- [5] Sheviakov O. V., Holovkova L. S. Psychological providing professional competency of metalwork professionals in Ukraine and China. *Professional competency of modern specialist: means of formation, development and improvement* : monograph. Warszawa : BMT Eridia Sp. z o.o. 2018. P. 20–34.
- [6] Гасанова П. Г., Омарова М. К. Психология одиночества. Киев : Общество с ограниченной ответственностью «Финансовая Рада Украины», 2017. 76 с. URL : <https://www.inter-nauka.com/uploads/public/15058902268641.pdf>
- [7] Корчагина С. Г. Генезис, виды и проявления одиночества : монография. Москва : МПСИ, 2005. 196 с.
- [8] Корчагина С. Г. Психология одиночества : учебное пособие. Москва : МПСИ, 2008. 228 с.
- [9] Sheviakov O. V., Krupskiy O. P., Slavskaya Y. A. Ergonomic provision of modernizing management processes of metallurgical production in Ukraine and China. *Науковий вісник НГУ*. 2017. № 1. С. 134–143.
- [10] Рудаков А. Л. Влияние акцентуаций характера на спортивные достижения борцов. *Universum: Психология и образование*. 2017. № 5. URL : [https://docs.google.com/viewer?url=http://universum.com/pdf/psy/5\(35\)/Rudakov.pdf](https://docs.google.com/viewer?url=http://universum.com/pdf/psy/5(35)/Rudakov.pdf)
- [11] Приходько В., Шевяков О., Майкова Т. Від спрямованої на індивідуальність до особистісноорієнтованої практики – ресурс якісного оновлення системи спортивної підготовки. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 2. С. 37-49. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2019-1-037>
- [12] Психология человека от рождения до смерти / под ред. А. А. Реана. Москва : ООО «Издательство АСТ», 2015. 656 с. URL : <https://books.google.com.ua/books?id=8wYCWAAQBAJ&pg=PT1146&lpg=PT1146&dq>
- [13] Стеценко А. И., Гордиенко Ю. В. Значение возраста в состязательной деятельности высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в пауэрлифтинге. *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*. 2013. № 4. С. 146–151.
- [14] Шевяков О. В. Психологічне забезпечення розвитку соціотехнічної системи діяльності спортсменів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 7. С. 120–125.
- [15] Шевяков О. В. Моделювання лідерського потенціалу спортсмена як проблема сучасної психології. *Актуальні проблеми практичної психології* : зб. ст. V Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. Глухів, 2018. С. 94–99.

References

- [1] Blynova, O. Y., Holovkova, L. S., & Sheviakov, O. V. (2018). Philosophical and sociocultural dimensions of personality psychological security. *Anthropological Measurements of Philosophical Research*, (14), 73–83. <https://doi.org/10.15802/ampr.v0i14.150750>
- [2] Sheviakov, O., & Blynova, O. (2018). *Psychological provision of processes modernization of metallurgical production management*. SCIEEMCEE Publishing London, 3, 316–329.
- [3] Veis, R. S. (1989). Voprosy izucheniya odinochestva [Issues of loneliness]. In N. E. Pokrovskii (Ed.), *Labirinty odinochestva* (pp. 114–128). Progress. [in Russian].
- [4] Derkach, V. M. (2016). Efektyvnist prohramy psykholohichnoi pidhotovky lehkoatletiv-paralimpiitsiv iz porushenyymi funktsiiami oporno-rukhovoho aparatu u period formuvannya hotovnosti do osnovnykh zmahaniy [Effectiveness of psychological preparation program for Paralympic track-and-field athletes with musculoskeletal disorders during formation of commitment to major competitions]. *Naukovyi chasopys nats. ped. un-tu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*, 5, 39–43. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2016_5_13. [in Ukrainian].
- [5] Sheviakov, O. V., & Holovkova, L. S. (2018). Psychological providing professional competency of metalwork professionals in Ukraine and China. *Professional competency of modern specialist: means of formation, development and improvement* (pp. 20–34). BMT Eridia Sp. z o.o.
- [6] Gasanova, P. G., & Omarova, M. K. (2017). *Psikhologiya odinochestva. [Psychology of loneliness]*. Obshchestvo s ogranicheanoi otvetstvennost'yu Finansovaya Rada Ukrainy. <https://www.inter-nauka.com/uploads/public/15058902268641.pdf> [in Russian].
- [7] Korchagina, S. G. (2005). *Genezis, vidy i proyavleniya odinochestva [Genesis, types and manifestations of loneliness]*. Moscow Psychological and Social Institute. [in Russian].
- [8] Korchagina, S. G. (2008). *Psikhologiya odinochestva [Psychology of loneliness]*. Moscow Psychological and Social Institute. [in Russian].
- [9] Sheviakov, O. V., Krupskiy, O. P., & Slavskaya, Y. A. (2017). Ergonomic provision of modernizing management processes of metallurgical production in Ukraine and China. *Naukovyi visnyk NHU*, (1), 134–143.
- [10] Rudakov, A. (2017). Vliyanie aktsentuatsii kharaktera na sportivnye dostizheniya bortsiv [Influence of accentuation of personality traits on sport achievements of a wrestler]. *Universum: Psikhologiya i obrazovanie*, (5). [https://docs.google.com/viewer?url=http://7universum.com/pdf/psy/5\(35\)/Rudakov.pdf](https://docs.google.com/viewer?url=http://7universum.com/pdf/psy/5(35)/Rudakov.pdf). [in Russian].
- [11] Prykhodko, V., Sheviakov, O., & Maikova, T. (2019). Vid spriamovanoi na individualnist do osobystisnooriantovanoi praktyky – resurs yakisnoho onovlennia systemy sportyvnoi pidhotovky [From personality-oriented to personality-oriented practice – a resource for quality updating of the sports training system]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, (2), C.37–49. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2019-1-037> [in Ukrainian].
- [12] Rean, A. A. (Ed.). (2015). *Psikhologiya cheloveka ot rozhdeniya do smerti [Human psychology from birth to death]*. OOO «Izdatel'stvo AST». <https://books.google.com.ua/books?id=-8wYCWAAQBAJ&pg=PT1146&pg=PT1146&dq>
- [13] Stetsenko, A. I., & Gordienko, Y. V. (2013). Znachenie vozrasta v sostyazatel'noi deyatel'nosti vysokokvalifitsirovannykh sportsmenok, spetsializiruyushchikhsya v pauerliftinge [Importance of age in competitive activity of highly skilled female athletes specializing in powerlifting]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafa*, (4), 146–151. [in Russian].
- [14] Sheviakov, O. V. (2012). Psykholohichne zabezpechennia rozvytku sotsiotekhnichnoi systemy diialnosti sportsmeniv [Psychological support of social and technical activity systems development of sportsmen]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, (7), 120125. [in Ukrainian].
- [15] Sheviakov, O. V. (2018). Modeliuvannya liderskoho potentsialu sportsmena yak problema suchasnoi psykholohii. [Modeling of athlete's leadership potential as a problem of modern psychology] *Aktualni problemy praktychnoi psykholohii*. Proceedings of the 5th All-Ukrainian Scientific and Practic-Internet Conference (pp. 94–99) Hlukhiv. [in Ukrainian].